

RESUMO - CIÊNCIAS DA SAÚDE

**ASSOCIAÇÃO DOS ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS E O AUMENTO
DE RISCO DO CÂNCER COLORRETAL**

Luciana De Andrade Agostinho (luciana.agostinho@afya.com.br)

Laura Lima Leal De Oliveira (lauralimaleal@gmail.com)

A relação entre a alimentação e o risco de câncer tem sido amplamente investigada,

com ênfase especial nos alimentos ultraprocessados como possíveis fatores de risco

para o desenvolvimento de doenças crônicas, incluindo o câncer colorretal (CCR).

Esses produtos alimentícios, caracterizados por seu alto grau de industrialização,

presença de aditivos químicos, açúcares, gorduras e sódio, têm sido associados a

alterações na microbiota intestinal, processos inflamatórios e aumento do risco de

neoplasias. Por isso, torna-se fundamental analisar a associação entre o consumo de

alimentos ultraprocessados a longo prazo e as taxas de incidência de câncer

colorretal. Além disso, outros fatores foram investigados como uso de álcool, sedentarismo, obesidade e tabagismo. A pesquisa foi realizada nas bases PubMed e

BVS, utilizando os descritores colorectal cancer, nutrition, neoplasia e ultra-processed

foods, entre 2013 e 2024. Foram incluídos estudos de coorte prospectivo e caso-

controle que investigaram a relação dose-resposta entre a frequência de consumo de

ultraprocessados e a incidência de CCR. As taxas de incidência dos estudos variaram

de 0,55% a 35,5%, em estudos com 2 a 28 anos de duração. Os tipos de alimentos

mais relatados foram carnes vermelhas e processadas, grãos refinados, refrigerantes

e snacks industrializados, com maior frequência. Os resultados indicaram uma associação positiva entre o consumo de alimentos ultraprocessados, o CCR com

maior frequência em homens com idade entre 50 e 75 anos. Nesta revisão, dietas

ricas em ultraprocessados, associadas a fatores como obesidade, sedentarismo,

álcool e tabaco, tiveram risco de 20% a 374% maior em relação à ocorrência de CCR.

Esses achados reforçam a importância de políticas públicas e ações educativas que

incentivem padrões alimentares saudáveis como forma de prevenção primária ao

câncer colorretal e outras doenças crônicas.

Palavras-chave: câncer colorretal; nutrição; neoplasia; alimento ultraprocessado; fatores de risco; má alimentação.

